Sanftes Gesundheitstraining mit System (Kurs 1) - abgesagt

Dienstag, 14. April 2026 bis Donnerstag, 21. Mai 2026

10:00 – 11:00 Uhr · 6 Wochen Training, je 2 Termine pro Woche

Wann

14.04.2026 – 21.05.2026
10:00 – 11:00 Uhr

Wo

6 Wochen Training, je 2 Termine pro Woche
Termine: 14.04. - 21.05.2026 (dienstags & donnerstags im Wechsel), Di: 10:00 -11:00 Uhr (1. Termin: Start 09:30 Uhr wg. Einweisung) /, Do: 14:30 -15:30 Uhr, Ort: Pfitzenmeier, Stadtgalerie Wiesloch, Infos Kosten: 100 € Zahlung durch Teilnehmer*in, Erstattung: 20 € durch PZN (nur bei Vorlage des Teilnehmerzertifikats), Restbetrag: Ggf. Erstattung über eigene Krankenkasse (§ 20 SGB V), bitte im Vorfeld mit Ihrer Krankenkasse klären

Plätze

max. 12 Teilnehmende
Anmeldung bis 25.03.2026

Worum es geht

Sie möchten Ihre Muskulatur gezielt stärken, Ihre Haltung verbessern und dabei Ihre Gelenke schonen? Dann ist das 6-wöchige gerätegestützte Training genau das Richtige für Sie.

An modernen Kraft- und Beweglichkeitsgeräten der Dr.Wolff-Reihe trainieren Sie unter professioneller Anleitung und dank individueller Einstellmöglichkeiten kontrolliert und sicher. Dabei liegt der Fokus auf einer sauberen Ausführung, einer stabilen Körperhaltung und dem gezielten Aufbau funktioneller Muskulatur – ganz ohne Überlastung von Gelenken oder Sehnen.

Das ...

Referierende

T

Trainer*in
Pfitzenmeier Wiesloch